

Samarbetspartners, finansiärer
och sponsorer / Yhteistyötahot,
rahoittajat ja sponsorit

SvJ BERGSRÅDINNAN
SOPHIE VON JULINS
STIFTELSE



**RASEBORG
RAASEPORI**

Aktiastiftelserna



Sparbanksstiftelserna



SOCIAL- OCH
HÄLSOORGANISATIONERNAS
UNDERSTÖDSCENTRAL



**SUOMEN
KLUBITALOT**

KLUBBHUSEN I FINLAND



FONTANA



Klubbhus/Klubitalo
Fontana

Tidning/Lehti 2/2022

Sommarspecial /
Kesän erikoisnumero

Adress / Osoite:

Klubbhuset Fontana, Lokföraregatan
9, 10300 Raseborg / Klubitalo Fontana,
Veturinkuljettajakatu 9, 10300
Raasepori

Tel./Puh. (+358) 040 865 0591

Email: fontana.klubbhus@2me.fi

ÖPPETHÅLLNINGSTIDER / AUKIOLOAJAT

Mån / Ma 8-16

Tis / Ti 8-15

Ons / Ke 8-16

Tor / To 8-16

Fre / Pe 8-16

Vi firar även alla högtider tillsammans på huset.

Juhlimme myös kaikkia juhlapyhä yhdessä talolla.

Midssommar / Juhannus:

-Torsdag / Torstai 8-16

(Fest & musik / Juhla & musiikkia)

-Fre-Sön stängt

-Pe-Su suljettu

Onsdagskvällar uteblir under sommaren / Keskiviikon ilto-ohjelma jää kesäksi tauolle



Innehåll / Sisältö:

S. 3-4 Ledare / Pääkirjoitus

S. 5 Ackrediteringshälsning /
Terveiset Akkreditoijilta

S. 6-7 MyStory

S. 8-9 Svenska Nätverkande /
Ruotsinkielen Verkostoitumisen projekti

S. 10-11 Stella Vildörtskurs /
Stellan Villiyrtit-kurssi

S. 12-13 Lindas Fonttis-
hälsningar / Lindan Fonttis-
terveiset

S. 14-15 Bilder från projektet /
Kuvia projektista

S. 16 Sponsorer

Delaktiga / Osallistuneet

Johanna M., K-C, Mirva, Pamela, Linda, Tiina L., Stella S.,
Kenneth N., David, Kicki, Sofia Å.,



Projektet arbetar / Projekti työskentelee



Tack till alla deltagare för fina insatser och för sällskapet!

Kiitos kaikille osallistuneille hienosta panoksestanne

ja seurastanne!

Våra gäster från Svenska Nätverkande-
projektet

Ruotsinkielisen Verkostoitumisen projektin
vieraat



Gruppfoto / Ryhmäkuva



Förberedelse till grupparbete / Ryhmätyön valmistelua

I skrivande stund börjar majmånad gå mot sitt slut. Jag ser ut genom fönstret på en granngrön natur var allt grått och mörkt är borta. Igen en gång har naturen vakna till liv efter en mörk och kall vinter, lika fascinerande varje år! Tyvärr har väntan för mig som älskar våren varit lång i år, då det varit kallt och inget har orkat slå ut förrän nu nyligen. Känns som om våren togs ifrån mig.

Till all lycka har mycket annat varit på gång som hållit humöret uppe, och den inre våren. Vi har haft på många plan fullt upp på klubbhuset. Vi har bland annat sagt hejdå åt vår mångåriga trogna, glada arbetare Oskar som gått vidare till jobb med nya utmaningar, vi har haft en lång process med att rekrytera en ny som nu börjar hos oss i juni, välkommen Johanna. Vi har haft årsmöte var vi fått välja om vår mångsidiga, kunniga styrelse och framför allt välja om vår ordförande, tack Erik att du vill fortsätta leda oss.

Med tanke på klubbhusvärlden har vi haft den största utmaningen, dvs. ackreditering av vår verksamhet på Fontana. Det har varit en lång process som påbörjades redan på hösten, men nu hade vi det slutgiltiga, dvs. vi hade ackrediteringsteamet hos oss som följde med vår verksamhet under en vecka. Det var David från Norge och Kiki från Sverige som var hos oss. Det var en spännande vecka, var en av utmaningarna för många av oss var att prata engelska. Det gick bra tack vare att det gick lätt att pratamed och närma sig ackrediterarna. Det blev många givande diskussioner.

Vi fick vår muntliga feedback vilken verkade lovande, inga alarmerande saker att anmärka på. Återstår nu en lång väntan på den slutliga rapporten från Clubhouse International som kommer om 3 – 4 månader. Den som väntar på något gott väntar väl aldrig för gäves sägs det, så vi väntar gärna. Tack till alla i klubbhuset och till styrelsen för ett bra jobb. Vi har ett klubbhus som vi kan vara stolta över och det har vi alla bidragit till!

Nu ser jag fram emot en varm och fin sommar med många dagar fyllda med glädje och gemenskap. Detsamma önskar jag alla er läsare. Njut av den finska sommaren, njut av ledighet, njut av stunder med glädje och gemenskap och framför allt ta hand om er själva. Tanka dig med just det DU behöver för att orka då hösten igen är här.
H. Pamela

Kirjoittamishetkenä toukokuu on lähestymässä loppuaan. Katson läpi ikkunan viheriövää luontoa mistä kaikki harmaa ja pimeä on poissa. Taas kerran luonto on herännyt eloon pimeän ja kylmän talven jälkeen, yhtä kiehtovana joka vuosi! Valitettavasti odotus on minulle, kevättä rakastavana ihmisenä, ollut pitkä tänä vuonna; on ollut kylmää eikä millään ole ollut voimia puhjeta kukkaan kuin vasta viime päivinä. Tuntuu kuin kevät olisi otettu pois minulta.

Onneksi paljon muuta on ollut käynnissä ja ylläpitänyt mielialaa sekä "sisäistä kevättä". Meillä on ollut Klubitalolla täysi työn touhu usealla saralla. Olemme muun muassa lausuneet hyvästit monivuotiselle, uskolliselle ja iloiselle työläisellemme Oskarille. Hän on siirtynyt toisiin tehtäviin joissa on uusia haasteita ja meillä on ollut pitkä prosessi rekrytoida uusi henkilökuntajäsen joka aloittaa meillä nyt kesäkuussa - tervetuloa Johanna :). Meillä on ollut vuosikokous, jossa olemme saaneet valita uudelleen monipuolisen, osaavan hallituksen ja ennen kaikkea puheenjohtajamme; kiitos Erik, että haluat jatkaa ohjaamistamme!

Klubitalomaailmaa ajatellen suurin haaste on ollut toimintamme akkreditointi täällä Fontanassa. Se on ollut pitkä prosessi joka alkoi jo syksyllä. Akkreditointi vietiin loppuun, ts. meillä oli akkreditointitiimi täällä luonamme ja seurasivat toimintaamme viikon ajan. Tiimin jäsenet olivat David Norjasta sekä Kicki Ruotsista. Se oli jännittävä viikko; yksi haasteista meille monille oli englannin kielen puhuminen. Mutta kaikki meni hyvin kiitos akkreditoijiemme, jotka olivat helposti lähestyttäviä ja heidän kanssaan uskalsi puhua. Tuloksena oli monia antoisia keskusteluja.

Saimme suullisen palautteen joka vaikutti lupaavalta, ei mitään hälyttäviä huomioita. Nyt seuraa Clubhouse Internationalin lopullisen raportin pitkä odotus, joka päättyy 3-4 kk päästä. Se joka odottaa jotain hyvää ei koskaan odota liian kauan, sanonta kuuluu; joten odotamme mielellämme. Kiitokset kaikille klubitalossa sekä hallituksessa hyvästä työstä; meillä on klubitalo josta voimme olla ylpeitä ja sen aikaansaamiseen olemme kaikki osallistuneet!

Nyt katson eteenpäin kohti lämmintä ja hienoa kesää, useine ilon sekä yhteisöllisyyden täyteinä päivineen ja sitä samaa toivotan kaikille teille lukijoille. Nauttikaa suomen kesästä, lomasta, ilon ja yhteisöllisyyden hetkistä, ja ennen kaikkea - pitäkää huolta itsestänne; latautukaa juuri sillä mitä SINÄ tarvitset jaksaksesi kun syksy jälleen tulee.

T. Pamela

Fonttis: Lindan kesäiset terveiset

Ihanaa kesän alkua kaikille!

Fonttis Servicen vuosi on jatkunut hyvin, on ollut kirjaprojektia, perävaunu- ja siivouskeikkaa jne. Kotisivutkin ovat valmiit ja FB:sivut ovat saaneet vähän eloa itseensä vihdoin ja viimein. Hitaasti hyvä tulee.

Nyt kaipaankin sitten juuri sinua, joka olet aktiivinen klubitalossa ja olet miettinyt, että voisi olla kivaa tehdä jotain muuta edes tunnin tai kaksi viikossa, tai satunnaisesti jonkin tunnin silloin tällöin.

Jos olet miettinyt tällä tavoin, niin sovitaan tapaaminen ja pohditaan yhdessä, miten edetään asiassa.

Oikein ihanaa kesää kaikille, nähdään klubitalolla

Linda

linda.mcevoy@klubbhusfontana.fi / 040-8199459

ps. Käykää katsomassa www.fonttis.fi-sivustoa ja kertokaa, mitä mieltä olette. Tietoa Fonttiksesta saa myös jakaa kaikille tutuille ja tuntemattomillekin.

Fonttis: Lindas hälsningar inom sommaren

Ljuvlig början av sommaren till er alla!

Vid Fonttis Service har året fortsatt fint, det har funnits bokprojekt, släpvagns köran, städning osv. Våra nya hemsidor är färdiga och FB-sidorna har fått lite mera fart i sig. Sakta men säkert går allt framåt.

Så nu saknar jag just dig, som är aktiv i Klubbhuset, och har funderat på att det skulle kunna vara kul att hitta på något nytt att göra för en eller två timmar i veckan, eller bara en timma här och där.

Om du har tänkt på dylikt, så bokar vi ett möte och funderar över hur vi går vidare med saken tillsammans.

Ha en riktigt skön sommar till er alla, vi syns på klubbhuset!

Linda

linda.mcevoy@klubbhusfontana.fi / 040-8199459

ps. Gå gärna och kolla på www.fonttis.fi och berätta vad ni tycker.
Man får också mer än gärna dela sidorna till bekanta och främmande.



Hälsning från Ackrediterarna + bild

Det var ett riktigt nöje och privilegium att kunna besöka ert Klubbhus och träffa allihopa. Tack så mycket för all er gästvänlighet och öppenhet och speciellt för ert engagemang och bidragande till Fontanas gemenskap. Ni är inspirerande och kan vara riktigt stolta över ert Klubbhus och över vad ni åstadkommit tillsammans.

Oli todellinen ilo ja etuoikeus saada mahdollisuus vieraillla Klubitalossanne ja tavata kaikki. Suuret kiitokset vieraanvaraisuudesta ja avoimuudesta sekä erityisesti sitoutumisestanne ja osallisuudestanne Fontanan yhteisössä. Olette inspiroivia ja voitte olla todella ylpeitä Klubitalostanne ja siitä mitä olette yhdessä saavuttaneet.

-David



Mirvas MyStory

Mirva är sedan ungdomstiden hemma från Kervo. Emellanåt har hon bott i Kannelmäki och Träskända - huvudsakligen i huvudstadsregionen. Hon har alltid velat bo närmare sin mamma.

Mirva har redan en tid bott i Svedja och hon är glad över alla djur som finns där. Det finns mycket utrymme och frisk uft; även Mirvas katt mår bra på landet.

Förra sommaren pratade Svedja Vårdhems handledare med Mirva om Klubbhuset Fontana, och så kom Mirva hit och bekantade sig med vår verksamhet.

Mirva fick ett bra första intryck av Fontana. Under sommaren är det trevligt nu man kan vara mera utomhus i den terapeutiska trädgården. Hon tycker om trädgårdsarbete och att jobba huvudsakligen i köket.

-Som en långtidsplan skulle hon ändå vilja flytta tillbaka till huvudstadsregionen och vara närmare till sin mamma.

På vårdhemmet har Fontana ett gott rykte; flera av Mirvas kamrater på vårdhemmet har också fått jobb via Eteva. Mirvas motto är "Hoppet Lever" :). Hennes plan för sommaren är att åka till sin mor och vistas där minst i två veckor.

Hennes mor mår väl och Mirva anser sin mamma vara hennes huvudsakliga familjemedlem. Mirvas fästman bor också i Svedja samt deras katt, en vild och blyg flickkatt, "Batman".

Stellan S:n Villiyrttikurssi

Maanantaina viikolla 20 aloitettiin villiyrttikurssi, joka pohjautuu siihen, että luonnosta löytyy syötäviä ja hyödyllisiä kasveja. Niitä voi kerätä suoraan luonnosta ja kurssin vetäjä Stella S. kertoi mistä niitä voi löytää ja miten niistä voi hyötyä.

Stella näytti meille kuvia yrteistä isolla näytöllä. Kuvat oli otettu Fontanan pihalta. Kävimme siellä myöhemmin todetaksemme, että niitä kasvaa lähes kaikkialla. Villiyrttejä voi syödä raakana, mutta niitä voi myös kuivata, jauhaa ja käyttää esim. pinaatin korvikkeena tavallisessa ruoanlaitossa.

Villiyrttejä on helppoa kerätä keväisin, koska kasvien ollessa ituvaiheessa ovat ne helpoiten pilkottavissa ruoansulatuksessa, silloin niissä on vähemmän pitkiä puumaisia kasvikuittuja, joita ihmisen ruoansulatuksen on vaikeampi pilkkoa. Mutta usein terveystyötyjä on monia.

Hyödyllisten villiyrttien joukosta löytää vuohenputken, maitohorsman, nokkosen, voikukan, siiankärsämön y.m. Stella emännöi kierroksen ulkona Fontanan pihalla näyttääkseen yrtit luonnollisessa kasvuympäristössään, sekä parhaat paikat niiden löytämiseen.

Kurssi jatkuu kevään aikana ja materiaali tullaan keräämään käytettäväksi kunkin innostuneen kurssilaisen omassa kotikeittiössä. Lisäksi maanantaina 6.6. Martat vierailivat Klubitalolla ja sen päivän lounas koostui syötävistä kasveista, jotka kerättiin sopivilta alueilta.

Hyvää ruokahalua!

Stellas S:s Vildörtskurs

På måndagen vecka 20 inleddes Vildörtskursen, som handlar om att det finns ätbara och nyttiga växter i naturen. Man kan samla dem från naturen och kursens dragare, Stella S., berättade tips om hur man kan hitta dem växande och få nytta av dem.

Stella visade oss bilder på örterna på stor skärm, och de bilder hade tagits tidigare på Fontanas gård. Vi gick dit senare för att konstatera att dessa örter växer vilt nästan var som helst. Vildörter kan ätas råa, men de kan också torkas, malas eller tillredas t.ex. som spenat i helt vanlig matlagning.

Vildörter är lättast att samla på våren, för att när växter är i skottstadium är de lättast upptagbara av matsmältningen; de har mindre långa träaktiga växtfibrer som människans matsmältning har svårare att bryta ner. Men i allmänhet är hälso nyttan många att nämna.

Bland nyttiga vildörter nämndes t.ex. Kirskål, Mjölkorsten, Näslan, Rölleka och Maskros. Stella tog kursdeltagarna ut på en rundvandring på Fontanas gård för att visa oss örterna i sin naturliga växtmiljö samt bästa platser att hitta dem.

Kursen är pågående under våren och programmet kommer att samlas till en helhet som kommer att vara tillgänglig för användning i hemmaköket. På måndagen 6.6. besökte också Martorna Klubbhuset och den dagens lunch bestod av ätbara växter som samlades in på lämpliga ställen.

Bon Appetit!

Mirvan MyStory

Mirva on alkujaan Keravalta. Välillä hän on asunut Kannelmäellä ja Järvenpäässä - pääasiassa pääkaupunkiseudulla. Hän on aina halunnut asua lähempänä äitiään.

Mirva on asunut Kaskimaalla jonkin aikaa ja on iloinen kaikista eläimistä siellä; maalla on paljon tilaa ja raitista ilmaa; jopa Mirvan kissa viihtyy siellä.

Edelliskesänä Kaskimaan Hoivakodin ohjaaja puhui Mirvan kanssa Klubitalo Fontanasta ja Mirva tuli tutustumaan toimintaamme.

Mirva sai hyvän vaikutelman Fontanasta ja kesän aikana hänestä on mukavaa olla enemmän ulkosalla, terapeutissa puutarhassamme. Hän pitää puutarhatyöstä sekä työskentelystä pääasiassa keittiössä.

-Pitkän tähtäimen suunnitelmana hänellä on muutto takaisin pääkaupunkiseudulle, jotta olisi lähempänä, missä hänen äitinsä asustaa.

Fontanalla on Hoivakodissa hyvä maine; useat Mirvan tuttavista siellä ovat myös saaneet töitä Etevan kautta. Mirvan motto on "Toivo Elää" :). Hänen suunnitelmansa kesäksi on matkustaa äitinsä luokse ja viettää siellä vähintään kaksi viikkoa.

Mirvan äiti voi hyvin ja Mirvan mielestä äiti on hänen pääasiallinen perheenjäsenensä. Mirvan kihlattu asuu myös Kaskimaalla; heillä on myös kissa - villi ja arka tyttökissa, "Batman".

Svenska Nätverkande-projektet

Från tisdagen 31.5. till onsdagen 1.6.2022 samlades en skara svenskatalande klubbhuskolleger från andra klubbhus i Finland på Fontana. Uppgiften var att skriva en ansökan till Svenska Kulturfonden för finansiering av projektet "Svenska Nätverkande inom Finska Klubbhus-nätverket". Startkapitalet (2000€) hade Klubbhuset Pelaren ansökt om från SAMS. Deltagarna inkluderade också medlemmar från Lovisa och Borgå Klubbhus.

Vi kom så långt att vi brainstormade innehållet på vilken basis ansökan renskrivs. Ett av de konkreta förslagen var att skapa ett E-Klubbhus för svenska talande klubbhus och deras medlemmar i vårt land. En annan tanke var att utvidga vyerna för svenska språket inom vårt land med att hålla mera kontakt med Klubbhus i Sverige. Det senare nämnda kunde fungera även som basis för mera internationellt nätverkande.

Efter det "officiella programmet" avlägsnade Nätverkets representanter (Päivi, Peppi och Oskar) sig från gemenskapen, som strax därefter åkte till Ekenäs Motell Marine där Fontanas delegation (Linda, Kenneth N. och K-C) samt alla våra gäster skulle övernatta. Efter incheckningen och en liten paus (med bl.a. shopping i Ekenäs) gick vi tillsammans till Restaurang Santa Fe, där vår middag väntade.

På onsdagsmorgonen åkte vi alla till Fiskars byn på sightseeing efter vilken vi gick på lunch till Restaurang Wårdshuset. Efter det började Borgå- och Lovisabornas hemresa, när delegationen från Pelaren (Linus, Taija och Alexandra) stannade några extra timmar på Fontana och spelade Mölky samt Kubb med oss på gården. Efter kvällens sista måltid var två fina dagar bakom oss, men "på återseende": Tack går till alla deltagare!

Mvh. K-C

OBS: bilder från projektet finns på sidorna 14 & 15

Ruotsinkielisen verkostoitumisen projekti

Tiistaista 31.5. keskiviikkoon 1.6.2022 kerääntyi joukko Ruotsia puhuvia klubitakollegojoja eri puolelta Suomea täällä Fontanassa. Tavoitteena oli kirjoittaa rahoitushakemus Ruotsin Kulttuurirahastolle, koskien "Ruotsinkielisen Verkostoitumisen projektia Suomen Klubitakoverkostossa". Alkupääoman (2000€) oli Klubitakotalo Pelaren hakenut SAMSilta. Osallistujia oli myös Loviisan ja Porvoon Klubitakaloilta.

Pääsimme siihen asti, että brainstormasimme sisällön, jonka pohjalta hakemus kirjoitetaan puhtaaksi. Eräs konkreettisimmista ehdotuksista, oli luoda E-Klubitakotalo ruotsia puhuville taloille ja niiden jäsenille maassamme. Toinen ajatus oli laajentaa näkymiä ruotsin kielelle maassamme, pitämällä enemmän yhteyttä Klubitakoloihin Ruotsissa. Jälkimmäinen ehdotus voisi myös toimia astinlautana Kansainvälisempään verkostoitumiseen.

"Virallisen ohjelman" jälkeen verkoston edustajat (Päivi, Peppi ja Oskar) poistuivat, minkä jälkeen ajoimme vierainemme Motell Marineen Tammisaareen, missä myös delegaatiomme (Linda, Kenneth N. ja K-C) oli tarkoitus yöpyä. Sisäänkirjautumisen ja pienen tauon (sis. shoppailua Tammisaareen) jälkeen menimme yhdessä Ravintola Santa Fehen, missä päivällinen jo odotti.

Keskiviikkoamuna ajoimme Fiskarsin ruukinkylään katselemaan nähtävyyksiä, jonka jälkeen menimme Ravintola Wärssyyn luonaalle. Sen jälkeen alkoi Porvoon ja Loviisan jengin kotimatka, kun taas Pelarenin delegaatio (Linus, Taija & Alexandra) viipyivät vielä pari tuntia Fontanassa mölkyä ja Kubbia pelaten. Iltapäivän aterian jälkeen oli kaksi hienoa päivää takanamme. Kiitos kaikille osallistujille ja näkemiin!

T. K-C

HUOM: kuvia projektista löytää sivuilta 14-15